Сивицкая Елена Алексеевна

Подписано цифровой подписью: Сивицкая Елена Алексеевна
DN: cn=Сивицкая Елена Алексеевна, o=МБОУ "СОШ №2" г. Салехард, email=sh2@edu.shd.ru, c=RU
Дата: 2021.08.31 11:20:24 +05'00'

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

«СОГЛАСОВАНО»
протокол № 1 от 30.08.2021 г.
заседания НМС
Председатель НМС _____ Губогло З.И.

«УТВЕРЖДЕНО»
приказ № 535-о от 31.08.2021 г.
Директор _____ Сивицкая Е.А.

Программа
«Без обвинений»

(Программа по профилактике моббинга и буллинга)

Руководитель программы:
Королева Татьяна Игоревна
заместитель директора
по социальной работе

Салехард
2021

«В самые темные моменты нашей жизни

вы должны стараться видеть свет».

Аристотель

Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (от 24.06.1999г.) с дополнениями и изменениями (120 закон).
2. Федеральный закон от 24.06.1999 года №120 – ФЗ «Об основах системы профилактики безопасности и правонарушений несовершеннолетних»;
3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)
4. Федеральный закон «Об опеке и попечительстве» (с изменениями на 22 декабря 2014 года. Редакция, действующая с 1 января 2015 года)
5. Семейный кодекс Российской Федерации;
6. Федеральный закон «об основах охраны здоровья граждан в российской федерации» от 21 ноября 2011 года
7. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.
8. Федеральный закон от 28.12.2013 N 442-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации"
9. Федеральный закон Российской Федерации от 30 декабря 2012 г. N 305-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О наркотических средствах и психотропных веществах"
10. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)
11. Постановление Правительства РФ от 6 ноября 2013 г. № 995 "Об утверждении примерного положения о комиссиях по делам несовершеннолетних и защите их прав"

Пояснительная записка

Моббинг и буллинг - основные понятия жестокого обращения в детской среде,

Моббинг — это преимущественно групповые формы притеснения ребенка.

Буллинг - предполагает травлю одного ребенка другим, Этот термин используется наиболее часто, ассоциируют этот термин с травлей.

Моббинг и буллинг определяется, как длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям), в связи с этим, в дальнейшем мы будем использовать термин «буллинг» как технологически более емкий.

Мотивация к буллингу различна: месть, восстановление справедливости, как инструмент подчинения лидеру, низвержение конкурентов, из чувства неприязни и др.

Буллинг - это социальное явление, свойственное преимущественно с организованным детским коллективом.

Буллинг проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей - это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других - порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих - откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим.

Актуальность реализации программы

Проявления жестоких отношений в детской среде многообразны: от безобидных шуток («приколов»), на взгляд самих шутников («приколистов»), до травли и тяжёлых насильственных действий, которые могут заканчиваться покушением на убийство и самим убийством. Поэтому обсуждаемая проблема автоматически затрагивает все эти слои общества от высшей государственной власти до ответственного отношения института семьи, с которой всё в нашей жизни и начинается. Пространство детской жестокости в сообществах обширно. Её проявления различны. Это социальное явление большей частью находится в тени (латентно) до тех пор, пока оно не проявляет себя отчетливыми, часто с тяжелыми последствиями, случаями.

Поэтому реально помощь в подобных ситуациях, оказывается, по факту уже происшедших событий. Тем не менее, стратегия профилактики предполагает ежедневную, кропотливую работу на всех уровнях жизни общества.

Цель программы: системная профилактика агрессивного поведения и проявления первичного и вторичного буллинга.

Задачи:

1. Организация комплексной работы по профилактике агрессивного поведения среди несовершеннолетних (взаимодействие с учащими, родителями/законными представителями, педагогами образовательного учреждения).
2. Развитие навыков у учащихся самоконтроля, саморегуляции.
3. Расширение диапазона тактик поведения и способов взаимодействия с окружающим миром.
4. Гармонизация психологического климата среди участников образовательного процесса, развитие эмпатии.
5. Повышение психолого-педагогической грамотности педагогов образовательных организаций и родителей (законных представителей) по вопросам взаимодействия с детьми с агрессивным поведением (причины агрессивного поведения, признаки, методы работы, тактика поведения),
6. Обучение конструктивным действиям в конфликтных ситуациях.
7. Помощь в определении и постановке жизненных целей,

Направления работы:

Профилактика буллинга

Она во многом основывается на тех же принципах, что к оказанию помощи.

Стоит разделять следующие виды профилактики:

Профилактика первичная - исключение условий и возможностей развития буллинга.

1. Изучение механизмов формирования поведения, типа семьи и воспитания.
2. Изучение и коррекция нарушения детско-родительских отношений,

которые служат причиной снижения; эмоционального благополучия ребенка и отклонений в его психическом развитии.

3. Формирование здорового жизненного стиля, высоко функциональных стратегий поведения и личностных ресурсов.
4. Направленное осознание имеющихся личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения:

- *Я* - концепции (самооценки, отношения к себе, своим возможностям и недостаткам);
- собственной системы ценностей, целей и установок, способности делать самостоятельный выбор, контролировать свое поведение и жизнь, решать простые и сложные жизненные проблемы, умения оценивать ту или иную ситуацию и свои возможности контролировать ее;
- умения общаться с окружающими, понимать их поведение и перспективы, сопереживать и оказывать психологическую и социальную поддержку;
- осознание потребности в получении и оказании поддержки окружающим.

5. Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения:

- формирование самопринятия, позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития, возможностям совершать ошибки, но и исправлять их;
- формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя;
- формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их;
- формирование умения контролировать свое поведение и изменять свою жизнь;
- формирование умения осознавать, что со мной происходит и почему, в результате анализа собственного состояния;
- формирование умения сопереживать окружающим и понимать их, понимать мотивы и перспективы их поведения (формирование навыков эмпатии, послушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений);
- формирование умения принимать и оказывать психологическую и социальную поддержку окружающим.

6. Развитые высокоэффективных стратегий рі навыков поведения:

- навыков принятия решения и преодоления жизненных проблем;
- навыков восприятия, использования рі оказания психологической и социальной поддержки;
- навыков оценки социальной ситуации и принятия ответственности за собственное поведение в ней:
- навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства;
- навыков защиты своего Я, самоподдержки и взаимоподдержки;
- навыков бесконфликтного и эффективного общения.
- **Профилактика вторичная** - своевременное выявление буллинга и принятие мер, препятствующих его распространению.
- раннее вмешательство в коррекцию клинико-биологических нарушений у ребенка;
- исследование генограммы семьи;
- коррекция семейных отношений, физических и эмоциональных связей,
- наличие четких семейных ролей.

Профилактика третичная - работа по поддержанию антибуллинговых достижений после прерывания последних случаев буллинга в сообществе.

Целью является коррекция поведения подростка и его развитие, а не само преступление. Предполагается создание ювенальных судов, оценивающих особый подход к личности подростка с учетом его социальной уязвимости в обществе, отрицательным социальным опытом и низкими социальными перспективами,

Выявление и диагностика последствий буллинга

Сложности раннего выявления буллинга ограничивают возможность целенаправленной работы в этом направлении. Выявление буллинга носит случайный и эпизодический характер, В этой связи каждый специалист учреждения должен быть готов к встрече в своей профессиональной деятельности с буллингом, а, следовательно, в первую очередь должен овладеть его диагностикой. В частности, знать основные проявления его наиболее тяжелых последствий: насильственного, суицидального и зависимого поведения.

На практике ориентируются на выявление детей и подростков, относящихся к группе риска по буллингу.

Принято выделять три ведущих фактора, наличие которых позволяет отнести ребенка к группе риска по буллингу:

Множественный стресс. Речь идет о том, что жертвы травли обременены множеством проблем. Плохое здоровье, низкий социальный статус, неудовлетворительные отношения со сверстниками, большие семьи, выраженное социальное неблагополучие, а также низкие компенсаторные возможности — все это весьма характерно для жертв травли.

Провоцирующие особенности жертвы. Так называемые провоцирующие жертвы - это достаточно неоднородная группа детей и подростков, которые вследствие особенностей их личности на поведенческом уровне могут являться раздражающим факторам для: большинства их условно толерантных ровесников.

Фактически речь идет о феномене «инакости» в детских коллективах. «Необычная» манера речи, «необычный» смех, «необычный» юмор и т.д. уже, о точки зрения «обычных» школьников, может явиться достаточным поводом для негативного отношения к «этим необычным». Провоцирующим поводом к началу травли может стать неосторожное (без злого умысла) поведение таких детей и подростков, например, гиперактивный ребенок случайно задел «спокойного» сверстника. Именно в этой группе наблюдается преобладание детей с познавательными и поведенческими нарушениями, детей-невротиков и несовершеннолетних с расстройствами шизоидного спектра в рамках пограничной психопатологии.

Стигматизация - расовые (национальные как вариант) и физические особенности ребенка. Под последней подразумевают не только наличие явных физических аномалий, например, заячью губу или тугоухость, но и некоторые фенотипические особенности. Рыжий цвет волос, необычный тембр голоса, форма ушных раковин и т.д. для определенной категории детей: и подростков могут явиться побудительным мотивом к травле своих ровесников.

Поэтому в процессе работы с детьми при соответствующей настроенности медработники, педагоги и социальные работники могут заподозрить среди них пострадавших от травли уже по совокупности информации, полученной при сборе анамнеза и осмотре. Тот же осмотр должен побуждать специалистов оценивать степень достоверности объяснений детьми и подростками мелких ссадин и гематом в случае обнаружения таковых на теле несовершеннолетнего. Особенно это актуально для травматологов. Большинству жертв травли чаще свойственно длительное время скрывать свою проблему, даже в случае явного физического насилия. Гораздо реже дети и подростки признаются в этом или же активно об этом сообщают.

Диагностика буллинга

Не существует определенного психологического портрета жертвы буллинга, который симптоматически смог бы помочь в диагностике проявлений этой травматической ситуации у пострадавших детей,

Тем не менее, при наблюдении за такими детьми могут проявиться следующие, характерные и для иных форм переживания буллинга, эмоциональные и поведенческие особенности.

Поведенческие особенности:

- дистаицированность от взрослых и детей;
- негативизм при обсуждении темы буллинга:
- агрессивность к взрослым и детям,

Эмоциональные особенности;

- напряженность и страх при появлении ровесников;
- обидчивость и раздражительность;
- грусть, печаль и неустойчивое настроение.

Чаще всего педагоги и социальные работники сталкиваются с такими случаями буллинга, свидетелями которых они становятся сами по месту их работы в соответствующих детских

учреждениях. Реже, при работе с такими детьми, они могут обнаружить у них переживания, связанные с уже имевшим место ранее буллингом.

Это происходит при успешной диагностике таких случаев или же, когда дети сами сообщают специалистам о своей проблеме.

Информация может быть также получена в результате искренней беседы врача и пострадавшего, Однако это возможно далеко не всегда и к тому же требует особой подготовки. «Вышибать» ответы ребенка или подростка на тему насилия категорически нельзя,

Любой педагог или социальный работник должен быть готов к адекватному, понимающему и сапер сживающему отражению исповеди травмированного ребенка о травле другими детьми, если последний решил ему открыться,

Особенно печально, когда ребенок или подросток (подросткам, как правило, это дается крайне тяжело) решается открыться взрослому, рассказать о своей беде, а взрослого по тем или иным причинам такие откровения не интересуют, Здесь может быть упущена драгоценная возможность узнать о серьезных проблемах в жизни детей и подростков, возможно даже не связанных с темой насилия. Дети в качестве доверенного лица во многих случаях склонны выбирать авторитетных взрослых. За родителями, которые могут и потерять доверие своих детей} в качестве таких положительных идеалов доверия следуют педагоги и социальные работники. Для многих детей педагог или социальный работник - это последний рубеж защиты, последняя надежда на помощи, Особенно это актуально для специалистов, работающих в социальных учреждениях; в детских домах, интернатах, приютах.

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования.

Сбор информации проводится по следующим направлениям:

- от самого пострадавшего;
- от возможных участников издевательств над жертвой и свидетелей.

Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации,

В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- реальность самого буллинга;
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- их мотивации к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамику всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Полученную информацию специалист должен сопоставить е анамнезом жизни пострадавших детей. В анамнезе жизни особенно важными для нас станут любые данные о предшествующем негативном жизненном опыте таких детей в семье, в различных детских коллективах и среди ровесников в неформальных ситуациях, количество случаев и характер пережитого ими в прошлом насилия, в частности, буллинга. При этом учитывается вероятность оговора или ложной, ошибочной интерпретации межличностных отношений самим ребенком, равно как и отказ от обсуждения своей ситуации жертвой или диссимиляция (сокрытие) как самого факта буллинга, так и ее последствия.

Алгоритм сбора информации

Консультирование участников образовательного процесса

Рекомендации по организации работы* в случае выявления буллинга

1. Реалистично и профессионально оценить весь массив информации, тщательно его проанализировать* сделать для себя резюме, наметить план действий.

2. Обсудить с коллегами и администрацией образовательного учреждения программу помощи и профилактики.

3. Обязательно сформировать команду специалистов, которая будет работать по этому направлению: психологи, педагоги, социальные работники, родители.

4. В случаях реальной криминальной опасности, подключить правоохранительные органы, а при подозрении на психическое неблагополучие — психиатров.

5. Грамотно поддерживать пострадавших детей.

6. Припять экстренные меры по защите жертв от дальнейшей агрессивной экспансии. Но при этом руководствоваться принципом реабилитации насильников, исключающую только лишь «наказательные» мероприятия.

7. Быть готовым также к непредсказуемости событий в процессе работа.

8. Специалистам, деятельность которых связана с трудными детьми и неблагополучными семьями, необходимо помнить, что эти дети в отношении насилия в детских сообществах вдвойне уязвимы. С одной стороны, они в силу своих многочисленных провокативных особенностей (низкая успеваемость, низкая культура, проблемное поведение, плохая материальная обеспеченность) находятся в группе риска по травле в качестве жертвы, а с другой - всегда готовы компенсировать свои проблемы путём агрессин.

Рекомендации по работе с компаниями обидчиков:

- работая с обидчиками, «разделяй и властвуй» - обидчиков нужно экстренно и эффективно разоблачать;
- не напирать на наказание, это только лишь усилит групповую солидарность обидчиков;

- работая с одним человеком, нужно умело использовать возможности всего детского коллектива,

Практические рекомендации родителям и педагогам, как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессию в отношении взрослых или сверстников:

* Спокойное отношение в случае незначительной агрессии»
* Акцентирование внимания на поступках, а не на личности.
* Контроль над собственными негативными эмоциями.
* Обсуждение проступка.
* Сохранение положительной репутации ребенка,
* Демонстрация модели неагрессивного поведения.
* Снижение напряжения ситуации.
* Работа восстановительного примирения.

Рекомендуемые этапы работы:

Этап 1. Признать наличие проблемы. Педагог должен проявить инициативу и сказать открыто о наличии насилия и травли. В этом вопросе необходима согласованность педагогов, администрации учреждения и родителей. Если нет согласия, то нет смысла начинать работу,

Этап 2. Определить весь масштаб бедствия. Пути могут быть разными, К примеру, анонимный опрос детей. Вопросы могут быть такие:

* Имеет ли ребенок проблемы в коллективе?
* Знают ли они кого-то у кого существуют неприятности?
* Есть ли у самого ребенка неприятности?
* Чувствует ли ребенок страх за собственную безопасность?

Этап 3* Сообщить о происходящем в коллективе и выполнить профилактику насилия. К примеру:

* Создать атмосферу нетерпимости к подобному насилию;
* Усилить наблюдение сотрудников учреждения за поведением детей;
* Разработать этические нормы поведения детей;
* Оказать психологическую помощь пострадавшим и агрессорам.

Помощь при буллинга. Принципы работы с проблемой буллинга

В идеале помощь при буллинга представляет собой систему и предполагает общие и частные аспекты.

Общие аспекты связаны с такими понятиями как:

- открытость учреждения проблеме буллинга;
- готовность взять на себя ответственность, партнерство на всех этапах работы, системность, активное вовлечение учителей, психологов, социальных работников учреждения и родителей;
- смелость жертв буллнига работать над своей проблемой;
- обязательное подключение к работе свидетелей, н самих насильников.

Частные аспекты помощи:

1. Психологический аспект,
2. Психотерапевтический аспект.

3. Педиатрический, психиатрический аспект,
4. Педагогический аспект.
5. Социальный аспект,
6. Правовой аспект.

Классификация видов буллинга

Самая распространенная классификация видов насилия, основанная на характере насильственных действий, включает;

- Физическое насилие (оскорбление действием);
- Психологическое, включающее эмоциональное (оскорбление словом или поведением, вызывающее негативную эмоциональную реакцию);
- Сексуальное насилие (навязчивые действия сексуального характера);
- Домашнее, бытовое насилие (насилие в семье);
- Экономическое насилие, обусловленное денежным ограничением.

Виды проявления буллинга

- Угрозы, шантаж, запугивание;
- Сознательная порча имущества;
- Акты мучения (ставить подножки, схватить за руки до синяков);
- Избиение;
- Внешне грубый, Хомский, понукающий развязный стиль общения;
- Явные словесные угрозы.

Буллинг характеризуется длительностью и регулярностью, обычно это скрыто от глаз специалистов социальной службы, психологов PI педагогов. Обычно информацию о проявлении буллинга можно получить от наблюдателей-детей, которые прямого участия в нем не принимали, но присутствовали при случаях жестокого обращения.

Типичные черты** детей, **склонных к буллингу:

* испытывают сильную потребность господствовать и подчинять себе других детей, добиваясь таким путем своих целей;
* импульсивны и легко приходят в ярость;
* часто вызывающе PI агрессивно ведут себя по отношению к взрослым, включая родителей и педагогов;
* не испытывают сочувствия к своим жертвам;
* если это мальчики, они обычно физически сильнее других мальчиков;
* постоянно привлекает к себе внимание, вступает в пререкание со взрослыми, вспыльчив и груб;
* манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним;
* может лгать или жульничать, чтобы избежать ответственности за свои действия;

§ на его поведение поступают жалобы, как от детей, так и взрослых;

* спекулирует на непонимании, избегает общественно-полезной деятельности, поскольку эхо может быть истолковано как признак слабости.
*

Классификация детей, пострадавших от буллинга:

Классификацию можно проводить по критерию приспособления жертв к поведению своих агрессоров:

* Активное сопротивление,
* Пассивное сопротивление (пассивный протест),
* Отказ от сопротивления,
* Бегство от буллинга,
* Проблемно-усугубляющее (псевдоактивное сопротивление).

Поведение жертвы обычно определяется по следующим показателям:

- его личные вещи часто бывают разбросаны, или спрятаны;
- ведет себя скрытно, боязливо, когда отвечает, в классе начинают распространяться шум, помехи, комментарии;
- держится в стороне от других детей,
- скрывается, убегает от сверстников и старших школьников,
- старается находиться недалеко от взрослых;
- его оскорбляют, дразнят, дают обидные прозвища,
- на агрессивные действия со стороны других детей он реагирует глупой улыбкой, старается отшутиться, убежать,
- плачет;
- хорошо ладит с педагогами и плохо со сверстниками;
- во время групповых игр, занятий, его игнорируют или выбирают последним.

Буллинг оказывает на детей прямое и косвенное влияние. Длительные издевки сказываются на *Я* - образе ребенка, снижается самооценка, ребенок избегает отношений с другими людьми, включается «программа неудачника», которая распространяется на многие сферы жизни ребенка. У жертв буллинга снижается социометрический статус в группе, начинаются проблемы с учебой, нарушается поведение.

Дети, осуществляющие насилие, зачастую просто не умеют по-другому реагировать, они, возможно, уже переживали насилие (физические наказания, эмоциональный террор) или переживают его постоянно и платят окружающим тем же. Как показывает практика, в этой связи необходима регулярная и постепенная работа специалистов учреждения, а не разовое вмешательство. Важны устойчивые, безопасные и принимающие отношения с взрослыми, которые формируют почву для коррекции поведения.

Работа специалистов социальной службы занимает в этом не последнее место, хотя осложняется тем, что факты происходящей травли часто остаются скрытыми, зачастую взрослые не знают о происходящем в детском коллективе.

Именно поэтому очень важна профилактическая работа, особенно групповая, где происходит отработка коммуникативных навыков, навыков уверенного поведения, навыков поведения в конфликтных ситуациях, навыков жизни в коллективе.

Планируемые результаты:

- формирование у педагогов школы и родителей (законных представителей) элементарной системы знаний о взаимодействии с детьми группы риска агрессивного поведения: и буллинга;
- формирование благоприятного психологического климата в коллективе образовательной организации;
- профилактика агрессивного поведения и буллинга в школе;
- снижение эмоционального напряжения среди несовершеннолетних, повышение

уверенности в себе, расширение диапазона тактик поведения и способов взаимодействия с окружающим миром.

Примерный комплексный план мероприятий по профилактике явлений буллинга (моббинга) на 2020-2021 учебный год

Цель: создание благоприятных условий для успешной социализации и развития каждого ребенка, сохранения физического, психического и социального здоровья.

Задачи:

• оказание компетентной помощи педагогам и родителям в вопросах обучения и воспитания;

• предупреждение возникновения явлений отклоняющегося поведения у обучающихся;

• развитие коммуникативных навыков, формирование ответственного отношения у подростков к своим поступкам;

• обучение навыкам мирного разрешения конфликтов.

№п/п	**Мероприятия**	**Сроки проведения**	**Ответственные**
Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга:			
1.	1. Утвердить на педагогическом совете программу профилактики буллинга (моббинга) на учебный год 2. Разработать: • комплексный план мероприятий по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) на учебный год; • методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий 1. Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений буллинга (моббинга) в образовательной среде 2. Подготовить: • информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) для размещения на сайте ОО; • раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга;	сентябрь сентябрь в течение уч.года сентябрь-октябрь октябрь	зам. директора зам. директора, педагоги-психологи педагоги-психологи зам. директора, педагоги-психологи педагоги-психологи педагоги-

	1. Ознакомить педагогический коллектив с литературой по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) 2. Организовать работу «почты доверия» для сообщения случаев буллинга (моббинга)	в течение уч.года в течение уч.года сентябрь	психологи зав. библиотекой зам. директора
Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом			
1.	1. Совещание при директоре: «Организация работы по профилактике буллинга (моббинга) в образовательной среде 2. Педагогический совет: «Основные механизмы и проявления феномена буллинга (моббинга) и его влияние на процесс обучения детей в условиях дополнительного образования» 3. Совещание при заместителе директора по работе по темам: • распространенность и особенности проявления буллинга (моббинга) в группах обучающихся • буллинг (моббинг): актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга (моббинга); • роль педагога в профилактике буллинга (моббинга) в ученических коллективах; • анализ работы педагогического коллектива по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) за учебный год 1. Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг (моббинг) как социально-педагогическая проблема»: Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе. Лекция 2. Буллинг: причины и последствия	сентябрь октябрь ноябрь январь март май в течение уч.года	зам. директора зам. директора педагоги-психологи педагоги-психологи педагоги-психологи педагоги-психологи зам. директора, педагоги-психологи педагоги-психологи

	Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей 1. Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы: • Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе. •Буллинг (моббинг) в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга • Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию 1. Конкурс методических разработок, программ, сценариев внеурочных мероприятий по профилактике буллинга (моббинга)в детской среде 2. Групповые консультации по проблемным ситуациям: • Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? • Буллинг или как не стать жертвой? • Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли? 1. Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха	в течение уч.года в течение уч.года (на каникулах) октябрь декабрь февраль в течение уч. года в течение уч. года (по запросу) в течение уч. года (по запросу)	зам. директора, педагоги-психологи зам. директора зам. директора педагоги-психологи педагоги-психологи зам. директора, методисты педагоги-психологи педагоги-психологи
Работа с родителями обучающихся			
1.	1. Общее родительское собрание «Буллинг (моббинг) в детской среде» 2. Родительские собрания в группах: • О правах ребенка на защиту от любой формы насилия.	октябрь октябрь	зам. директора педагоги

	• Как предотвратить и преодолеть буллинг (моббинг) 1. Устный журнал (стендовая информация): • Буллинг (моббинг) – это не детская шалость. • Невидимый буллинг. • Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика • Буллинг, изгои, отверженные – одна проблема? 1. Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям о профилактике буллинга (моббинга) детей и подростков»: 2. Психологический практикум «Психология поведения жертвы буллинга (моббинга)» 3. Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха 4. Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга: • Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка» • Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой	апрель 1 раз в квартал в течение уч.года апрель в течение уч. года (по запросу) ноябрь март-апрель	педагоги педагоги-психологи зав. библиотекой педагоги-психологи педагоги-психологи педагоги-психологи педагоги-психологи
Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга (моббинга) обучающихся			
1.	1. Информационные часы, беседы (примерная тематика). 7-11 лет: • Законы сохранения доброты.	в течение уч. года	педагоги

	• Я не дам себя обижать. • Наш Центр живет без насилия. • Давайте жить дружно! • Мы против насилия. Как защитить себя? • Будем добрыми. • Как я отношусь к насилию. • Как научиться жить без драки. 12-15 лет: • Бояться страшно. Действовать не страшно. • О правилах поведения и безопасности на улице. • Буллинг как стадный допинг. • Безопасное поведение. • Что такое агрессия? • Добро против насилия. • Как не стать жертвой насилия. • Способы решения конфликтов с ровесниками. 16-18 лет: • Навыки саморегуляции. • Воспитание характера. • Предупреждение насилия и жестокости в жизни. • • Как бороться с конфликтами. • Нравственный закон внутри каждого. • Моя жизненная позиция 1. Просмотр и обсуждение художественных фильмов: • «Чучело» (1983 г.). • «Класс» (2007 г.). • «Розыгрыш» (2008 г.). • «Школа» (телесериал, 2010 г.) 1. Читательские конференции по книгам, раскрывающим проблему буллинга: • В.К. Железняков «Чучело». • Хосе Тассиес «Украденные имена».	в течение уч. года (на каникулах) в течение уч. года	Педагоги зав.

	• В.Н. Ватан «Заморыш». • Е.В. Мурашов «Класс коррекции». • Стивен Кинг «Кэрри». • Алексей Сережкин «Ученик». • Андрей Богословский «Верочка». • Джоди Пиколт «Девятнадцать минут»		библиотекой
	1. Информационный вестник (стендовая информация раздаточные материалы) для обучающихся на темы: • Мы – против насилия! • Мы – против жестокого обращения!	сентябрь, январь	педагоги-психологи
	1. Книжные выставки: • Буллинг как этическая проблема. • Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе. • Детство, свободное от жестокости. • Скажем «Нет» равнодушию к детскому насилию	в течение уч. года (1 раз в четверть)	зав. библиотекой
	1. Самообследование образовательной среды на предмет безопасности и комфортности		
	1. Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга: • выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся;	март	зам. директора, педагоги-психологи
	• взаимоотношения в группе; • изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации)	в течение уч. года (по запросу	педагоги-психологи
	1. Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения: • Стиль поведения. Умеем ли мы общаться? • Профилактика насилия в подростковом сообществе • Стратегии безопасного поведения • Недопустимость насилия и жестокости в	в течение	педагоги-

	обращении со сверстниками 1. Контрольно-оценочная деятельность в целях проверки информационной доступности правил поведения и нормативных документов по профилактике буллинга 2. Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты) 3. Информационная акция «Нет насилию!» 1. Конкурсы: • плакатов «Мы против буллинга!» • рисунков «Территория детства» • творческих поделок «Гармония – в цвете, гармония – в душе, гармония – в жизни» • презентаций «Стоп насилию!» • сочинений, эссе «Дружба – главное чудо»	уч. года (по запросу) декабрь, апрель в течение уч. года (по запросу) ноябрь в течение уч. года	психологи зам. директора педагоги-психологи педагоги-психологи зам. директора, педагоги

Заключение

Предупреждение буллинга (моббинга) в образовательной среде требует комплексного, систематического подхода к рассмотрению данной проблемы и реализации определенных профилактических мероприятий.

Буллинг (моббинг) – это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников буллинга (моббинга) позволяет выявить конкретные формы взаимодействия с ними, разработать тактику профилактической работы. Индивидуальная работа с учащимися должна быть организована на основании изученных особенностей поведения подростков в целом, их индивидуальных качеств и возможных психоповеденческих отклонений.

Профилактическая работа с данной проблемой должна начинаться с выявления причин и последствий буллинга (моббинга) в конкретной образовательной среде, так как они имеют четкую взаимосвязь и составляют совокупность асоциальных факторов девиации подростков. Самой распространенной причиной являются конфликтогенность в ученическом коллективе, а также отсутствие надлежащего контроля за ситуацией в

группе со стороны педагога, в связи с чем подростки лишаются возможности развиваться физически и нравственно в психологически благоприятных условиях.

Реализация программы профилактики буллинга (моббинга) должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

В настоящее время проблема буллинга (моббинга) еще недостаточно проработана как отечественными исследователями, так и на законодательном уровне. Однако, данное явление существует в образовательной среде и требует разработки и реализации предупредительных мер. Необходим комплекс мероприятий, который будет направлен, прежде всего, на проработку системы отношений в детском коллективе, с учетом особенностей членов группы, на индивидуальную работу с каждым участником, а также на просвещение всех субъектов образовательных отношений (администрации, педагогического коллектива, родителей и учащихся) в рамках настоящей проблемы и в области разработки направлений профилактики буллинга (моббинга).

Главным принципом как в проведении профилактической работы в рамках проблемы буллинга (моббинга), так и в отношениях, в общении на разных уровнях должен стать «Не навреди!».

Очень точно отражает последствия буллинга (моббинга) данная притча:

К Учителю подходит ученик и говорит: «Учитель, мне очень тяжело живётся, потому что меня обижают люди. И я подолгу обижаюсь на людей. Что мне делать?» Учитель дал ему мешочек с гвоздями и сказал: «Каждый раз, когда ты будешь обижаться, ты должен забивать один гвоздь в стену».

В первый день в стену было вбито 26 гвоздей. На другой неделе мальчик научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в стену гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди. Наконец пришёл день, когда мальчик ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему Учителю и тот сказал: «Каждый день, когда тебе удастся сдержаться, ты может вытащить из стены один гвоздь».

Шло время, и пришёл день, когда мальчик мог сообщить Учителю о том, что в стене не осталось ни одного гвоздя. Тогда Учитель взял его за руку и подвел к стене: «Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в стене дыр? Она уже никогда не будет такой как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься - шрам останется. Словесный шрам такой же болезненный, как и физический».

«А что же мне делать с отверстиями в стене, которые остались после гвоздей?», - спрашивает ученик. Учитель ответил: «А вот с ними тебе придётся жить всю жизнь».

Феномен буллинга присутствует в повседневной жизни. Мы сталкиваемся с ним не только в образовательном учреждении, но и во взрослой жизни. Злоба, зависть, ненависть, раздражение всегда способствуют возникновению буллинговых ситуаций. Поэтому нам всем необходимо научиться противостоять моральному и физическому давлению, чтобы не оставалось «шрамов после гвоздей».

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Анкета

Дорогой друг!

Просим тебя ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прочитай все варианты ответов и обведи правильный, на твой взгляд, ответ.

Выбери свой пол: мужской женский Класс _____Возраст _____

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?

а) да

б) нет

2. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства одних людей над другими?

а) да, сталкивался

б) никогда не встречал(а)

в) другое _____

3. Если да, то в какой форме:

а) унижение

б) оскорбления(вербальная агрессия)

в) физическое насилие

г) съемка издевательства на телефон

д) кибербуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете)

е) другое_____

4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?

а) да, как наблюдатель;

б) да, как жертва;

в) да, как агрессор (тот, кто является инициатором травли);

г) нет, не являлся (являлась)

5. Где чаще всего встречается травля?

а) в школе;

б) во дворе, на улице;

в) в соцсетях, в интернете;

г) другое_____

6. Кто, с вашей точки зрения, чаще подвергается травле (буллингу)?

а) тот, кто слабее и не может дать сдачи;

б) тот, кто отличается от других (внешне, физически);

в) тот, кто имеет своё мнение

г) другое_____

7. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны педагогов?

а) да, постоянно

б) да, но редко

в) нет, не встречал

8. Считаете ли вы, что взрослые недостаточно помогают детям, являющимися жертвами травли?

а) да

б) нет

в) не задумывался об этом

9. Как вы считаете, можно ли избежать травли в образовательной организации?

а) да, если вовремя заметят взрослые;

б) да, если жертва изменит своё поведение;

в) да, если наказать агрессора;

г) нет, он неизбежен;

д) другое_____

10. Кто, по вашему мнению, способен пресечь буллинг в образовательной организации?

а) администрация

б) педагогический коллектив

в) родители

г) ученики

д) другое _____

Спасибо за участие!

Анкета

Дорогой друг! С помощью этой анкеты мы хотели бы выяснить следующее: как часто тебе приходится сталкиваться с жестоким или несправедливым отношением к тебе со

стороны родителей, учителей и сверстников. Анкета анонимна - указывать свою фамилию не обязательно!! Отвечая на каждый вопрос анкеты:

- внимательно прочитай все возможные варианты ответов;

- отмечая вариант своего ответа, поставь «Х» рядом с ответом;

- если ни один из вариантов не подходит тебе, то напиши свой ответ.

Спасибо за помощь в работе!

1. Отметь свой пол: М Ж Сколько тебе лет? _____
2. Сколько человек в твоей семье? _____
   Отметь всех, кто живет с тобой:

Мама
Папа
Бабушка
Дедушка
Отчим
Мачеха
Тетя
Дядя
Братья
Сестры

1. Отметь, к какой социальной категории ты можешь отнести тех, кто тебя воспитывает:

Мама_____
Папа_____
- рабочие
- служащие
- безработные
- имеет свое дело
- пенсионер

- инвалид

1. Есть ли у тебя родные братья и сестры?

Да Нет
Если да, то сколько их?_____

1. Отметь, как ты оцениваешь отношения в семье:

-спокойные и дружные
-иногда бывают ссоры
-напряженные, но без видимых конфликтов
- постоянные конфликты (скандалы, драки и т.д.)
другое_____

1. Приходилось ли тебе убегать из дома?
   Да Нет
   Если да, постарайся назвать причину _____

2. Отметь, какие наказания чаще применяют к тебе родители
   - моральные
   - физические

- другие _____

1. Отметь, как часто родители применяют к тебе телесные наказания (бьют тебя, причиняют боль)?
   - очень часто (каждый день)
   - часто
   - от случая к случаю
   - только иногда (не чаще 1 раза в год)
   - никогда

2. Выбери, какие методы воспитания обычно применяют твои родные по отношению к тебе:

- объясняют тебе, как надо поступать
- хвалят тебя, когда ты этого заслуживаешь
- запрещают тебе делать то, что тебе нравится
- устраивают порку
- обещают награду за хорошие поступки
- ругают, кричат, обзывают

1. Напиши, за что тебя чаще всего наказывают _____

Отметь, кто чаще тебя наказывает
- мама
- папа
- другие _____

1. Как ты считаешь, всегда ли тебя наказывают справедливо?
   - всегда справедливо
   - чаще справедливо
   - чаще несправедливо
   - всегда несправедливо

2. Отметь, случалось ли, что у тебя в классе учителя унижали, оскорбляли, обзывали учеников?
   - очень часто
   - часто
   - только иногда
   - никогда

3. Как обычно реагируют педагоги школы, если в их присутствии ученики оскорбляют друг друга?

- не замечают происходящего

- требуют прекратить

- как-то иначе_____

1. Отметь, случалось ли, что у тебя в классе учителя применяли к ученикам телесные наказания
   - очень часто
   - часто

- только иногда
- никогда

2. Отметь, приходилось ли тебе терпеть унижение, оскорбления, издевательства со стороны сверстников?
   - очень часто
   - часто
   - только иногда
   - никогда

3. Случалось ли тебе быть жертвой вымогательства?
   Да Нет
   Если да, то где это происходило?

- в чужом микрорайоне
- во дворе
- в школе

Кому ты рассказал об этом?

- родителям
- друзьям
- никому

1. Отметь, какие чувства у тебя возникают, когда на тебя кричат, ругают, унижают, оскорбляют, обзывают
   - обида
   - гнев
   - желание исчезнуть
   - тоска
   - безразличие
   - страх
   - ненависть
   - желание ответить тем же

2. Как ты считаешь, есть ли ученики, явно нуждающиеся в помощи и защите?

- да, и их много

- да, и их мало

- нет

1. Как ты думаешь, что можно сделать для того, чтобы в школе было меньше агрессивных отношений _____

Опросник «Обстановка в классе»

Учащихся просят анонимно ответить на следующие вопросы:

1. Можно ли назвать ваш класс дружным? Почему?

2. Нравится ли вам психологическая атмосфера в вашем классе? Почему?

3. Есть ли в классе человек, которого вы можете назвать вашим настоящим другом?

4. Как вы думаете, что нужно изменить в ваших отношениях внутри класса?

5. Согласились бы вы учиться в этой же школе, у тех же учителей, но с другими ребятами? Почему?

Опросник «Идеальный одноклассник»

Учащимся предлагается письменно закончить несколько предложений. Разрешается не подписывать свои работы.

Вопросы:

1. Я думаю, что идеальный одноклассник - это...

2. Я думаю, что идеальная одноклассница - это...

3. Этот одноклассник мне неприятен, потому что он...

4. Эта одноклассница мне неприятна, потому что она...

Приложение 2

Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Ценить других…»

для обучающихся 11-14 лет

Цель занятия: профилактика буллинга в образовательной среде.

Задачи занятия:

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».

2. Развитие уважения к различиям других.

3. Формирование доброжелательного отношения друг к другу.

4. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Структура занятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Разминка «Наши сильные стороны».

2. Основная часть:

- правила работы группы.

- просмотр мультфильма «Helium» (режиссер TomKyzivat, 2005)

- мини-лекция «Буллинг в школе»

- упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».

- упражнение «Этюды»

- упражнение «Черты человека»

- упражнение «Ярлыки»

- «Оценивание развития собственных качеств»

3. Заключительная часть: Упражнение «Камень ножницы, бумага». Рефлексия «Смайл».

Оборудование: запись мультфильма «Helium» (режиссер TomKyzivat, 2005, Код доступа: https://yandex.ru/video/search?text=«Helium»...), карточки (игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение,игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты), слайды с характеристиками (флипчарт с надписями), карточки с чертами личности, смайлы по количеству участников.

Содержание занятия:

1. Вводная часть. Ребята, доброе утро! Сегодня на занятии мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Но для начала давайте зарядимся позитивом и узнаем какие у вас сильные стороны. Я беру за руку своего соседа справа и говорю: «Ваня, у тебя замечательное чувство юмора». Ваня берет за руку своего соседа справа и называет его лучшее качество и т.д.

2. Основная часть.

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогают друг другу

- На занятии все относятся друг к другу с уважением;

- Говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга

- Каждый имеет право сказать, что он думает и чувствует.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть мультфильм *(«Helium», режиссер Tom Kyzivat, 2005).*

Вопросы для обсуждения: Бывают ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные в мультфильме? Как часто такое случается? Как вы думаете, почему у героев такие разные настроения, мироощущения жизни?

Итак, если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то мы можем говорить о буллинге, т.е. систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими. Обратите внимание на следующее:

1) основными действующим лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в мультфильме;

2) буллинг осуществляется преднамеренно, и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.;

3) буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство;

4) буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;

5) буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Несмотря на то, что были показаны лишь два ярких персонажа: агрессор и жертва, всегда есть наблюдатели, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга.

Обратит внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор, концовка мультфильма это наглядно показывает.

Вопросы для обсуждения: Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой? Какие особенности для них характерны?

Молодцы! Давайте сделаем вывод: жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой ребенок или подросток. Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности пострадавших: внешние особенности (полнота, недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда), дети с низкой успеваемостью, плохим поведением, с заниженной самооценкой, не имеющие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками. Объектами травли также могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».

А сейчас я предлагаю обратить внимание на то, что мы все разные. Например, у меня и Оксаны волосы разного цвета, Таня и Сережа – разного пола, а Настя и Олег - сегодня одеты в пуловеры разной цветовой гаммы. У нас разные национальности, возраст, пол, вес, цвет глаз и т.п.

Вопросы для обсуждения: Как вы думаете, насколько важно искать различия между людьми? Часто ли вы делаете это в жизни? Приносит ли вам это пользу?

Правильно, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества. Например, у нас со Светой одинаковые имена. Кто из вас слушает музыку одной группы? Кто ходит в одну секцию, посещает один факультатив или элективный курс? Кто продолжит? (следим затем, чтобы все дети были названы).

А сейчас разминка - **упражнение «Этюды»**. Работа в парах, не договариваясь, показать: игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение, игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты.

Вы замечательно справились. Даже не разговаривая, вы смогли договориться, а другие вас понимали без слов. Значит это возможно и в реальной жизни: найти компромисс, договориться.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть на слайд, где представлен характеристики человека, в поведении которого присутствуют:

- оскорбления, насмешки;
- игнорирование (отказ в беседе, в признании);
- негативные стереотипы и предрассудки (составление обобщенного мнения о человеке, принадлежащем к иной культуре, полу, расе, этнической группе, как правило, на основе отрицательных характеристик);
- преследования, запугивания, угрозы.

Вопросы для обсуждения: Кто хочет иметь такого друга, товарища, одноклассника? Почему?

Посмотрите на 3 пункт – стереотипы, т.е. навешивание ярлыков. Давайте поиграем в «Ярлыки».

Упражнение «Ярлыки».

Распечатки: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик». Раздать участникам случайным образом.

Вопросы для обсуждения: Ребята, нравится ли вам такая наклейка? Почему? Вы хотите от неё избавиться? Почему?

Сейчас вы рвете этот ярлык на мелкие кусочки, выбрасывайте, а я раздаю вам другие наклейки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит».

Вопросы для обсуждения: Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? Существуют ли "наклейки" в реальной жизни? Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

Вернемся к слайдам. Здесь представлены качества и характеристики другого человека:

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.

2. Уважение чувства человеческого достоинства.

3. Уважение прав других.

4. Принятие другого таким, какой он есть.

5. Способность поставить себя на место другого.

6. Уважение права быть другим.

7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.

8. Признание равенства других.

9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

Вопросы для обсуждения: Вам понятны все положения? Кто бы хотел иметь друга, у которого есть данные качества? Хотите учиться вместе с такими одноклассниками? Почему?

А сейчас мы предлагаем вам оценить себя по 5-тибалльной шкале – насколько у вас развиты представленные на бланке качества. Читаете каждое утверждение, ставите 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму. У вас на это 5 минут. Оцениваете себя честно. А сейчас внимательно посмотрите – какую черту (черты) в себе вам нужно развивать!

3. Заключительная часть:

И в завершении нашего занятия давайте посмотрим насколько хорошо вы понимаете друг друга без слов. Знаете **игру «Камень, ножницы, бумага»**? Сейчас на мой счет 1, 2, 3, вы выкидываете одну из трех позиций. Закончим игру, когда у всех будет одинаковая позиция. При этом вы молчите и не договариваетесь.

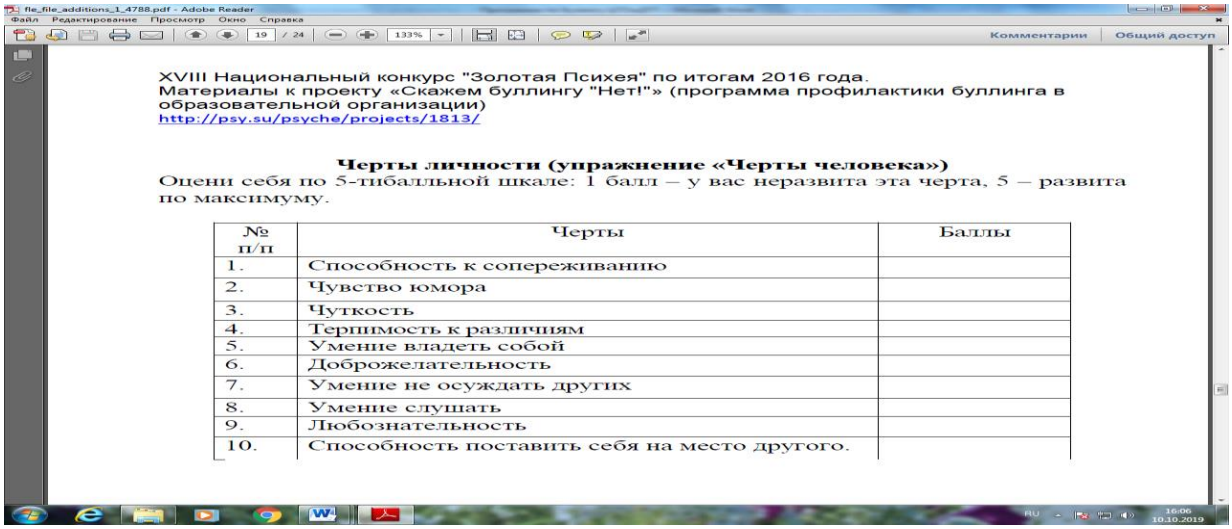
Рефлексия. Вы получили смайлы. Если вам понравилось занятие, то дорисуйте рот таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если понравилось наполовину, то

начертите вместо рта горизонтальную черту, если вам совсем не понравилось – сделайте смайла грустным.

Спасибо за работу!

Черты личности (упражнение «Черты человека»)

Оцени себя по 5-тибалльной шкале: 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму.



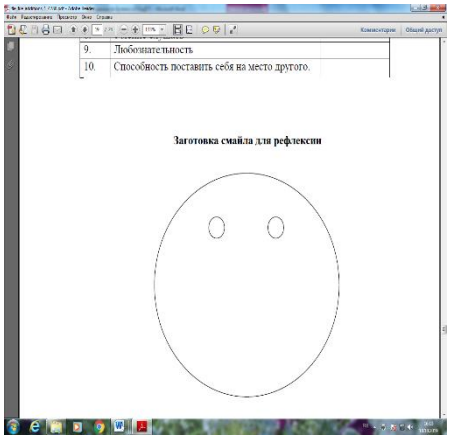
XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту «Скажем буллингу "Нет!"» (программа профилактики буллинга в образовательной организации)
http://psy.su/psyche/projects/1813/

Черты личности (упражнение «Черты человека»)

Оцени себя по 5-тибалльной шкале: 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму.

№ п/п	Черты	Баллы
1.	Способность к сопереживанию	
2.	Чувство юмора	
3.	Чуткость	
4.	Терпимость к различиям	
5.	Умение владеть собой	
6.	Доброжелательность	
7.	Умение не осуждать других	
8.	Умение слушать	
9.	Любознательность	
10.	Способность поставить себя на место другого.	

Заготовка смайла для рефлексии



9. Любознательность
10. Способность поставить себя на место другого.

Заготовка смайла для рефлексии

Приложение 3

Разработка классного часа для обучающихся 13-15 лет

Цель мероприятия: профилактика буллинга в образовательной среде.

Задачи занятия:

1. Активизациязнаний обучающихся по теме «буллинг».

2. Формирование толерантной позиции к другому.

3. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Предварительная подготовка может включать следующее:

1) просмотр фильмов «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983), «Класс» (режиссер И. Раага, 2007);

2) прочтение литературных произведений:

- Богословский А. Верочка [Электронный ресурс] /А. Богословский. Код доступа: http://www.rulit.me/books/verochka-read-338963-1.html

- ЖелезниковВ. Чучело [Текст] /В. Железников. – М.: «Астрель», 2012. – 272 с.

- Мурашова Е.В. Класс коррекции [Текст] /Е.В. Мурашова. – М.: «Самокат», 2014. – 192 с.

Структура мероприятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Оглашение темы классного часа.

2. Основная часть:

- обсуждение прочитанного произведения (просмотренного фильма);

- мини-лекция «Буллинг в школе»

3. Заключительная часть: подведение итогов классного часа.

Содержание занятия:

1. Вводная часть.

Ребята, добрый день! Сегодня я предлагаю вам обсудить тему школьной травли. Совсем недавно психологи проводили анкетирование по данной теме, в котором вы приняли участие. Справка по результатам проведенной работы свидетельствует о том, что 59% обучающихся нашей школы сталкивались с данной проблемой напрямую либо были наблюдателями подобных ситуаций.

2. Основная часть.

Для того чтобы наглядно посмотреть на такие истории со стороны я просила вас прочитать … (посмотреть…). Давайте обсудим прочитанное (увиденное).

Вопросы для обсуждения: Какова основная мысль произведения (фильма)? Каковы черты, характеры основных героев? Почему некоторые дети попадают в категорию жертв, а другие становятся агрессорами? Каким образом ведут себя окружающие в ситуации травли? Приведите конкретные примеры ситуаций, описанных в книге (показанных в фильме). Каким образом действуют взрослые в ситуации травли? Каким образом разрешается данная ситуация? Каковы последствия для все участников травли? Как вы думаете: травлю можно искоренить, либо она была есть и будет? Что может сделать каждый из нас, чтобы таких ситуации вообще не возникало и что, если она всегда случилась?

Молодцы! Вы очень многие моменты отметили верно. Хочу обратить ваше внимание на то, что школьная травля, издевательства, агрессия называется «буллингом». Причем буллинг, это систематическая агрессия, травля. Существуют различные *виды буллинга:* прямой и скрытый. Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т.п. прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. Физическое насилие- умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Сексуальный буллинг подразумевает действия сексуального характера. Психологический буллинг связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно

причиняется эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи.

Как мы с вами видим, в травле всегда есть несколько участников:

- лидер-агрессор,

- школьники, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру),

- ребенок-жертва,

- свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят),

- свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону);

- защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву).

Давайте всех действующих героев обозначим как участников травли. Кто агрессор? Кто жертва? И т.д.

Ребята, любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся. Тем не менее, мы с вами в процессе обсуждения уже выделили ряд особенностей, характерных для обидчиков и жертв.

Как правило, дети и подростки, которые становятся *обидчиками,* – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других, морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка). Тревожность, обусловленная семейным неблагополучием, напряженными отношениями с родителями, учебной неуспеваемостью и завистью к более успешным ученикам из благополучной семьи, может создавать угрозу для статуса доминантных детей и подростков. Обращение к насилию позволяет им утвердить свой статус в классе или группе, школе или училище силой, вызовом учителям, унижением сверстников или более младших, а иногда и более старших учащихся, удержанием всех в страхе.

А сейчас обратим внимание на общие характеристики возможных жертв буллинга:

– высокий уровень тревожности, неуверенность, отсутствие жизнерадостности,

– низкая самооценка и негативное представление о себе,

– отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками,

– слабость в физическом плане,

– особенности внешности (полнота, отчетливые физические недостатки, непривлекательность, плохая одежда),

– особенности поведения (чрезмерно подвижные, невнимательные, вспыльчивые, не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.),

– дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

– нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли,

– чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

Согласны? Хотите добавить еще какие-то характеристики?

А сейчас давайте поговорим о последствиях буллинга для всех его участников. Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично, и кроме актуальных последствий оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки ребенка, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям.

Итак, психологи выделяют:

– аффективные нарушения (снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, негативные эмоции),

– соматические нарушения (нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, неожиданные повышения температуры и т.д),

– когнитивные нарушения (неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.),

– нарушение школьной адаптации (снижение мотивации к учебе, пропуски уроков, снижение успеваемости),

– поведенческие нарушения (агрессивность, уходы из дома, протестное поведение),

– суицидные мысли и попытки.

К другим наиболее часто общим последствиям буллинга относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию ребенка. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга.

Дети агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии.

Дети, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе.

Для учителей самыми частыми последствиями буллинга являются большее количество негативных эмоций в общении с детьми, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск

административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учебе недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

А сейчас главный вопрос: что мы можем сделать, чтобы такого явления не было в школе вообще? Итак:

1. Говорить об этом, не замалчивать ситуации, свидетелями которых вы стали.

2. Со своими трудностями вы всегда можете обратиться к психологу, ко мне, как классному руководителю.

3. Уважать другого, его индивидуальность, право на самовыражение, собственное мнение.

4. Дружить с одноклассниками.

5. Помогать друг другу.

3. Заключительная часть:

И в завершении нашего классного часа скажите: интересна ли вам была данная тема? Что полезного вы сегодня узнали?

Спасибо за работу!

Приложение 4

Педсовет на тему «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»

Цель:

1. Познакомить педагогический коллектив с понятием «Буллинг», причинами его возникновения.
2. Дать рекомендации педагогам по профилактике буллинга в образовательном учреждении.

1. **Вводная часть. Просмотр видеоролика.**

Практически в каждом образовательном учреждении есть обучающиеся, которые становятся объектом открытых издевательств, унижений, насмешек. Школьная травля не является чем-то уходящим и преходящим: боль и унижение часто продолжаются по нескольку лет, а то и до окончания школы. *Самое главное, что проблема в том, что в группе риска может оказаться практически любой ребенок, взрослый (педагог)*. Что же это за явление, в котором обучающегося называли раньше «не такой как все», «чужой», а теперь жертвами буллинга?

2. Основная часть. Многие психологи, социологи дают разное определение буллингу.

Слайд 1 Норвежский исследователь буллинга Дэн Олвеус определяет буллинг как стереотип взаимодействия в группе, при котором человек на протяжении времени и неоднократно сталкивается с намеренным причинением себе вреда или дискомфорта со

стороны другого человека или группы людей в контексте «диспропорциональных «властных» отношений»

Буллинг - многократное психологическое давление на человека, жертва которого испытывает постоянный стресс. Травля одного человека другим. Проявляется во всех возрастных и социальных группах.

Школьный буллинг отличается своей жестокостью, непримиримостью. Буллинг не происходит, когда два человека с одинаковыми физическими возможностями часто спорят или борются, когда подзадоривание происходит в дружеской форме. Буллинг всегда имеет цель, затравить жертву, вызвать страх, унизить.

О травле в образовательных, закрытых и иных детских учреждениях было известно давно в разных странах, включая Россию. *К сожалению, несмотря на распространенность данного явления в современном обществе, буллинг в нашей стране в должной мере не исследуется, не обсуждается и его проблема не освещается в полном объеме в СМИ.*

Слайд 2. Главные компоненты определения буллинга:

1. Это агрессивное и негативное поведение.
2. Оно осуществляется регулярно.
3. Дисбаланс власти и силы.
4. Это поведение является умышленным.

Слайд 3. Существуют следующие виды буллинга:

Вид	Что включает	
Физическое насилие	избиение, побои, толчки, шлепки, удары, подзатыльники, пинки	
Эмоциональное насилие (психологическое)	Угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение ученика в присутствие других детей, принуждение делать что-то, чего ребенок делать не хочет. Дискриминация, Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва.	
Сексуальное насилие	Сексуальное насилие, или совращение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым (учителем), или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей, или для получения выгоды.	
Экономическое насилие	Порча и отнятие личных вещей. Вымогательство. Отбирание денег. Повреждение имущества..	
Кибербуллинг	Использование телефона	1.Систематическиосуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения 2. Съемка компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети Интернет.
	Использование	Рассылка злых и негативных сообщений.

	E-mail	
	Социальных сетей	1. Написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене пользователя, в сообществах. 2. Распространение непристойного видео и фото. 3. Взлом чужого аккаунта, редактирование его с целью очернить другого человека. 4. Намеренное создание группы, для выражения ненависти и травли определенного человека. 5. Создание фальшивого профиля для третирования другого человека.
	Видео-портал	Публикация в Интернет непристойного, компрометирующего, позорящего другого человека видео.

Слайд 4. ***Причины возникновения буллинга в образовательном учреждении:***

Существует целый ряд факторов, способствующих процветанию буллинга в детских коллективах. Во многом развитию этого явления способствуют воспитание в семье и микроклимат того образовательного учреждения, куда попадают дети для получения образования. Отсутствие контроля за поведением детей в перемены, свободное время.

Проблемы с успеваемостью и приклеивание ярлыков (учителя и родители говорят, что ребёнок неисправим, плохо воспитан, или глуп). Для неуспевающих учеников агрессивное поведение является одним из средств, при помощи которых они компенсируют свою неуспеваемость.

Цель буллинга - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

Слайд 5. В ситуации травли всегда есть:

"Агрессор" – человек, который преследует и запугивает жертву.

"*Жертва*" – человек, который подвергается агрессии.

"*Защитник*" – человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

«Агрессята» - люди, участвующие в травле, начатой агрессором.

"*Сторонники*" – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующий в издевательствах, но и не препятствующий им.

"Наблюдатель" – человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательств, но соблюдающий нейтралитет.

Слайд 6. Групповое задание для педагогов:

Давайте поделимся на 3 группы, ваша задача определить типичные черты обучающихся, склонных становиться «агрессорами» буллинга, их жертвами, а также тех, кто становится сторонним наблюдателем.

1 группа. «Психологический портрет буллера (агрессора)». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

2 группа. «Психологический портрет жертвы буллинга». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

3 группа. «Психологический портрет свидетеля буллинга: «союзника» или «зрителя». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

Психологические портреты участников буллинга:

Часто буллерами становятся:

- Дети, воспитывающиеся родителями-одиночкам;
- Дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни;
- Дети из властных и авторитарных семей;
- Дети из конфликтных семей;
- Дети с низкой устойчивостью к стрессу;
- Дети с низкой успеваемостью

Буллеры – это:

- Активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;
- Агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;
- Дети, стремящиеся быть в центре внимания;
- Дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);
- Максималисты, не желающие идти на компромиссы;
- Дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя
- ответственность за свое поведение;
- Дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны:

- Импульсивность;
- Раздражительность;
- Эмоциональная неустойчивость;
- Завышенная самооценка;
- Враждебность (агрессивность);
- Отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдении общепринятых норм и правил;
- Склонность ко лжи или жульничеству;
- На уроке постоянно привлекает к себе внимание, вступает в пререкания при получении отрицательной отметки, вспыльчив и груб;
- Манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним;

- На его поведение поступают жалобы как от детей, так и взрослых;
- Не может обуздать свой нрав, так, как это умеют делать его ровесники;
- Прогуливает школу, часто бывает в компании сверстников из других школ, районов;
- Входит в состав небольшой девиантной группы, терроризирующей класс или школу;
- Спекулирует на непонимании, враждебном социуме, избегает общественнополезной деятельности, поскольку это может быть истолковано как признак слабости.
- Довольно часто к буллингу присоединяется группа преследователей, с которыми буллер осуществляет свою агрессию.

Поведение свидетелей буллинга:

Дети:

- У них отмечается страх совершения подобного с тобой, злорадство по этому поводу («Слава богу, не я»), беспомощность, что не можешь оказать помощь ближнему, т.е. они боятся последствий.
- Они переживают потребности к бегству от ситуации буллинга, чтобы не быть в неё втянутыми, чтобы она не разрушила их душевный комфорт.
- Они переживают желание присоединиться к травле.

Взрослые:

Речь идет о естественных реакциях взрослых лиц на факты буллинга. Они испытывают:

- Возмущение, негодование, желание немедленно вмешаться.
- Страх, отчаяние, бессилие, что может быть ещё хуже, и они не знают, как это прекратить.
- Защитное игнорирование фактов. «Я это не вижу», «Меня это не касается», «Пусть разбираются сами и отвечают за них те, кому это положено».
- Присоединение к агрессору.
- Переживание чувств «праведного возмездия» и «торжества справедливости». «Наконец, ему (ей) воздалось по заслугам». Как правило, к подобным реакциям, могут быть склонны педагоги, травмированные длительным проблемным поведением своих учеников.

Жертвы буллинга.

Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем.

- ***физические недостатки*** – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников;
- ***особенности поведения*** – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные

или дети с импульсивным поведением. Гиперактивные дети бывают слишком назойливыми и общительными: влезают в чужие разговоры, игры, навязывают свое

мнение, нетерпеливы в ожидании своей очереди в игре. По этим причинам они часто вызывают раздражение и негодование в среде сверстников;

- ***особенности внешности*** – все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особенная форма головы, вес тела (полнота или худоба);
- ***плохие социальные навыки*** – недостаточный опыт общения и самовыражения.

Такие дети не могут защищаться от насилия, насмешек и обид, часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, чем со сверстниками;

- ***страх перед школой*** – неуспеваемость в учебе часто формирует у детей отрицательное отношение к школе, страх посещения отдельных предметов, что воспринимается окружающими как повышенная тревожность, неуверенность;
- ***отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети)*** – не имеющие опыта взаимодействия в детском коллективе до школы, могут не обладать навыками, позволяющими справляться с проблемами в общении;
- ***особенности здоровья*** – существует масса расстройств, которые вызывают насмешки и издевательства сверстников: эпилепсия, тики, заикание, нарушения речи и другие болезненные состояния;
- ***низкий интеллект и трудности в обучении*** – слабые способности могут являться причиной низкой обучаемости ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: "Я не справлюсь", "Я хуже других" и т. д. Низкая самооценка может способствовать в одном случае формированию роли жертвы, а в другом – насильственному поведению как варианту компенсации. Поэтому ребенок с низким уровнем интеллекта и трудностями в обучении может стать как жертвой школьного насилия, так и насильником.

Самое страшное, что ***регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей.***

Травля наносит непоправимый ущерб не только психике жертвы. Не менее вредна ситуация травли для наблюдателей. Они рискуют так и остаться безвольными пешками в руках более сильных и предприимчивых. А решение, принятое под влиянием большинства, вопреки голосу совести, и постоянный страх оказаться на месте жертвы способствуют снижению самооценки, потере уважения к себе. Агрессоров же развращает безнаказанность, они усваивают, что подобными методами можно управлять окружающими.

Обсуждение в группе:

• с какими реальными ситуациями буллинга в школе вы сталкивались? В чем они проявлялись? Какие чувства вы при этом испытывали?

• Что делали в этих случаях педагоги?

• Каковы последствия насилия в детских отношениях?

• Как можно предотвратить и преодолеть жестокость в отношениях между детьми?

Ролевая игра «Буллинг в школе» (7 минут).

Участникам предлагается ролевое разыгрывание самой значимой из описанных ими ситуаций жестоких отношений между детьми. Один из них играет роль ребенка-изгоя, другие – преследователей, соучастников, безучастных свидетелей. Затем участникам предлагается внести в разыгрываемую ситуацию такие изменения, которые позволят прекратить насилие.

Вопросы для обсуждения:

• Что вы испытывали в роли жертвы (обидчика, наблюдателя)?

• Какие мысли приходили вам в голову?

• Какие желания у вас возникали?

• Что вам хотелось изменить в разыгрываемой ситуации и как вы это сделали?

• Как эта игра соотносится с вашей реальной жизнью?

• Какое она окажет влияние на вашу педагогическую деятельность?

Следующие **рекомендации** помогут педагогам, психологам, администрациям учреждения образования в выявлении буллинга и противодействии ему в учреждениях образования.

1. Начните с точного, приемлемого для вашего образовательного учреждения определения буллинга. Помните, что понятие буллинг не аналогично таким понятиям, как агрессия или насилие. Однако последние могут быть элементами этого комплексного явления. Буллинг — это разрушительное поведение более «сильных», направленное на более «слабых». Это не ссоры и драки, в которых участвуют школьники, обладающие одинаковым авторитетом. Буллинг не бывает справедливым, так как «сильный» получает «удовольствие» от нанесенного ущерба (материального и морального) «слабому».

2. Установите формы буллинга, которые имеют место в вашем образовательном учреждении. Можно вести дневник наблюдений за поведением членов школьного сообщества, которые, на ваш взгляд, склонны к проявлению физического или психологического насилия. Включить в него можно также педагогов и родителей. Прежде всего, необходимо понять, где находится «силовой» дисбаланс.

3. Узнайте, какими способами поддерживают свой авторитет педагоги, административные работники, ученики школы. Многое можно почерпнуть из ежедневных наблюдений за отношениями детей, персонала, педагогами и родителями. Полезно также составить и использовать короткие анкеты, на вопросы которых смогли бы анонимно ответить все члены школьного сообщества, включая родителей. Это поможет оценить ситуацию и определить, какие меры необходимо предпринять. Наблюдения дадут возможность оценить масштаб буллинга и проанализировать его причины. Вы также сможете определить, какие меры нужно предпринять, чтобы дети чувствовали себя защищенными в школе. Анализ анкет поможет понять, где, в каких местах школьники сталкиваются с буллингом и как они реагируют на него, кто из них заинтересован, нуждается в помощи, кто заинтересован, а кто нет в борьбе с этим явлением. Вы также узнаете реакцию школьного персонала и родителей на буллинг, и, более того, какие дополнительные внешние силы, на их взгляд, следует привлечь для решения проблемы.

4. К организации действий следует приступать после исследования проблемы насилия в учреждении образования с помощью анкет, изучения специальной литературы и

видеозаписей. Меры по борьбе с буллингом могут быть различными. В США, например, существует такое сообщество, как «полиция по борьбе с буллингом», в которую входят все, кто заинтересован в эффективном решении этой проблемы.

5. *Обсуждение проблемы, беседы с детьми как индивидуальные, так и в группе очень важны и полезны.* Большинство детей презирает «обидчиков», поэтому ваша задача заключается в том, чтобы доказать, что решение проблемы прежде всего в их интересах. Следующий шаг — обращение к чувствамребёнка, моральная оценка действий «обидчиков». Это увеличивает вероятность того, что они будут на стороне «жертвы» и попытаются помочь. Не менее важно грамотно построить разговоры с детьми, пострадавшими от насилия. Цель бесед с ними — вовлечь в игры или дружеские отношения с другими детьми. Обсудите с детьми, почему в вашем образовательном учреждении возможно насилие и что нужно сделать, чтобы его предотвратить; предложите учащимся написать об известном им конфликте, который произошел в школе. С их разрешения зачитайте его, и предложите им дать определение буллингу. Особое внимание обратите на предложения детей по его предотвращению, подчеркивая наиболее реальные из них. Ознакомьте школьников с материалами (видео, книги), которые содержат информацию на эту тему. Предложите тему для обсуждения, например, как свидетели насилия должны себя вести, чтобы помочь «жертве», «обидчику».

6. Определите поведение персонала учреждения образования, которое способствует позитивным межличностным отношениям между учащимися. Этот пункт включает в себя моделирование просоциального поведения и работу по уменьшению асоциального поведения; наблюдение за поведением учащихся или воспитанников в классе, группе и во время общения, игр; готовность оказать поддержку тем детям, которые стали «жертвами» буллинга; обмен опытом по положительному решению таких проблем.

7. Не исключайте из поля зрения «обидчиков». Обязательно беседуйте не только с виновными, но с их родителями, даже если это сложно сделать. Буллинг — явление не «криминальное», но, тем не менее, его проявления, если не будут своевременно пресечены, становятся все более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия — важный аспект в решении этой проблемы. Работа с виновными может быть различной. Иногда с ними устанавливают контакты и беседуют индивидуально — без угроз. Но зачастую используется такой подход: учитель или психолог, работая с жертвами, приглашают виновных принять участие в решении ситуации. Этот подход достаточно эффективен — особенно если ребенок проявляет постоянную склонность к насилию.

8. Помогите ребенку, который стал жертвой, самому решить проблему, конечно с помощью других. Педагогам следует определить тех детей, чье поведение провоцирует насилие и помочь преодолеть свои проблемы, например, неуверенность в себе. В работе с такими детьми полезно смоделировать ситуацию, в которой они находились, и помочь им ее преодолеть.

9. Конструктивно работайте с родителями. Обсуждайте с ними причины буллинга. При разговоре с родителями виновных важна сдержанность в оценке. Ведь чаще всего виновные в ситуациях буллинга — дети из неблагополучных семей. Беседуя с родителями жертв, не следует занимать позицию защиты «мундира», т.е. защищать школьную репутацию, а не ребенка, который стал жертвой. Если же разговор будет о том, что можно и нужно сделать, чтобы изменить ситуацию, вы сможете решить эту проблему вместе.

Психологические аспекты профилактики буллинга

В отношении постстрессовых последствий буллинга первичная профилактика реализовывается по трем направлениям.

1. Создание условий недопущения буллинга.

2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка (подростка) с соответствующими стрессовыми воздействиями.

3. Укрепление защитных сил личности и организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей и подростков, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

Большинство педагогов США, психотерапевтов и консультантов в американских школах считают, что проблема профилактики притеснения, травли, насилия может быть решена поэтапно.

Первый этап самый ответственный, заключается в том, чтобы признать, что такая проблема существует. Признание проблемы в рамках образовательного учреждения требует, чтобы кто-то взял на себя инициативу сказать о ее существовании и о работе с ней. Лучше, если человек, который будет руководить этим, обладает административной властью. Пока не будет достигнуто согласие, начинать работу смысла нет.

Главный аргумент инициативной группы для неприсоединившихся членов школьного сообщества следующий: «Если вы ничего не предпринимаете для решения проблемы, вы сами становитесь ее частью». Важно, чтобы к сотрудникам учреждения образования присоединились ученики и их родители.

Второй этап – определение проблемы.

Не может существовать унифицированных признаков определения проблемы. Тем не менее, инициативная группа взрослых и детей должна определить:

- суть проблемы (проблем);
- серьезность проблемы;
- частоту проблемы.
- привести соответствующие примеры.

После этого необходимо разработать совместный план действий.

Далее инициативная группа оповещает все школьное сообщество о сути происходящего, о тех направлениях работы, которые будут реализоваться для профилактики насилия.

Например,

- создание атмосферы нетерпимости к любому акту насилия в образовательном учреждении;
- лучшее наблюдение за холлами, комнатами отдыха, столовыми;
- соответствующая воспитательная работа по классам (группам) в режиме свободной дискуссии;
- разработка этического кодекса;
- ясно выраженное ожидание, что дети будут сообщать о нарушениях либо администрации, либо консультантам;

- создание консультантами групп поддержки для пострадавших и групп для работы с обидчиками.

Цель работы с последними: контроль агрессивных намерений обидчиков и их реабилитация.

III этап – выполнение программы.

Если есть план, то он должен быть выполнен. Лучше, если выполнение этого плана начнется с начала очередного учебного года. Здесь может быть сопротивление отдельных групп и личностей, потому что:

- многие дети не считают притеснения (травлю) проблемой;
- некоторые родители ожидают от своих детей, что они будут агрессивными, а не наоборот;
- некоторые педагоги не верят, что в их обязанности входит учить детей заботиться о себе.

Этими вопросами целесообразно лично заниматься ответственному лицу, координатору программы. Важное место занимает подготовка педагогов к тому, что им делать в ситуации травли.

Педагогам необходимо:

- оставаться спокойным и руководить;
- воспринять случай или рассказ о нем серьезно;
- принять меры как можно скорее;
- подбодрить потерпевшего, не дать ему почувствовать себя неадекватным или глупым;
- предложить пострадавшему конкретную помощь, совет и поддержку
- сделать так, чтобы обидчик понял, что вы не одобряете его поведение;
- постараться сделать так, чтобы обидчик увидел точку зрения жертвы;
- наказать обидчика, если нужно, но очень взвешенно подойти к тому, как это сделать;
- ясно объяснить наказание и почему оно назначается.

Один из аспектов выполнения подобных программ – развенчание мифа о том, что «агрессивное поведение – это нормально».

Для этих целей предлагается агрессивно-ориентированным школьникам пережить альтернативный опыт в виде различных тренингов из арсенала конфликтологии.

Вот основные направления работе с компаниями обидчиков:

- обидчиков нужно экстренно и эффективно разоблачать;
- не напирать на наказание, это только лишь усилит групповую солидарность обидчиков;
- работая с одним человеком, нужно умело использовать силу конфронтации всего, например, классного сообщества.

Целесообразно также индивидуальное консультирование обидчика психологом и социальным работником, направленное на высвобождение чувств агрессии, страха, обиды и исследование цепочки преследователь -жертва. Также необходима работа по снижению агрессивных и враждебных реакций, улучшению межличностных и межгрупповых отношений, формированию навыков разрешения конфликтов, правильной реакции в конфликтах, развитию толерантности, эмпатии.

Непосредственная работа с жертвами и преследователями может выглядеть следующим образом:

- переговорить отдельно с каждым ребенком, ставшим жертвой, и предложить письменно описать все случившееся;
- переговорить отдельно с каждым членом группы агрессоров и получить от них письменное изложение инцидента;
- объяснить каждому члену девиантной группы, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное;
- собрать всю группу и предложить каждому её члену рассказать перед другими, о чем говорили с ним в индивидуальной беседе;
- подготовить членов группы к встрече с остальными ребятами: «Что вы собираетесь сказать другим ребятам, когда выйдете отсюда?»
- поговорить с родителями детей, участвовавших в девиантной группе, показать им письменные объяснения ребят;
- вести дневник с записью всех инцидентов, с письменными объяснениями детей и принятыми мерами;
- обучить с помощью психолога детей, чаще всего попадающих в положение жертвы, методам психологической защиты;
- потребовать от обидчиков извинений;
- если обидчик заявил, что это была шутка, обратить внимание детей при обсуждении данного случая на то, что это не смешно;
- если действия обидчика прикрывались игровой формой, зафиксировать, кто еще из детей принимал участие в такой «игре».

Спросите ребенка, с кем еще он может поговорить о своих чувствах. «Я заметил, что в последнее время ты кажешься не очень счастливым. Могу ли я чем-нибудь тебе помочь? Я за тебя беспокоюсь. Может быть, ты хочешь еще с кем-нибудь поговорить?». Объясните ребенку вашу роль и роль представителей органов, оказывающих ему поддержку (работник организации защиты детей, социальный работник, консультант и т.д.). Дети нуждаются во множестве безопасных возможностей разрядки своей тревоги.

Скажите ребенку, подвергшемуся насилию: «Я тебе верю». «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Это не твоя вина». «Хорошо, что ты мне об этом сказал». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

Можно было бы сказать, что школьные годы пройдут и детские обиды забудутся, но психологи доказали, что это совсем не так. Школьное насилие буквально ломает личность жертвы, а его последствия сказываются на жизни человека в течение десятилетий. Жертвы частого или постоянного буллинга в школе, становясь взрослыми, существенно чаще жалуются на здоровье, страдают от депрессии, нервных расстройств

и склонны к суициду. Они менее успешны в профессиональной деятельности, у них более низкий доход, выше риск остаться без работы. Они чаще ведут одинокий образ жизни, не имея семьи и друзей. Иначе говоря, «детские обиды» оборачиваются вполне серьёзными взрослыми проблемами. Зная это, родителям и педагогам стоит внимательнее следить за тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

Обязательные правила профилактики буллинга для всех взрослых,

работающих в образовательном учреждении:

1. Не игнорировать, не преуменьшать значение.

Если в школе пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямым участником, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

2. Проявить активность в данной ситуации.

Если учителю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию. Учитель может попытаться добиться того, чтобы, по меньшей мере "наблюдатели", а по возможности и сам "агрессор», изменили свою позицию в отношении буллинга, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

3. Разговор с "агрессором" буллинга.

Если стало известно о случае буллинга, необходимо провести беседу с зачинщиком, где, прежде всего, ясно дать понять, что в школе не будут терпеть буллинг.

Нужно учитывать, что при работе с буллерами (агрессорами) разрешается критиковать, а также корректировать поведение, но ни в коем случае не переходить на личности. Нужно учитывать, что такие дети и подростки обычно теряют интерес совершать насилие, если находят в своем учреждении какое-то достаточно осмысленное, а также ценное занятие для себя, в котором они способны проявить свой потенциал, а также пережить чувство успеха.

Санкции являются отличным средством, чтобы дать ребенку понять, чем может быть чреват его свободный выбор. Если взрослый выдерживает такие ограничения, это учит подростка нести ответственность за свои поступки.

Нужно учитывать, что ответственность за нормальные отношения между детьми и взрослыми лежит исключительно на представителях старшего поколения.

4. Разговор с "жертвой" буллинга.

Очень важно защитить ученика, ставшего "жертвой" и перестать скрывать буллинг. Провести доверительную беседу с ребенком, которого обидели, попытаться понять его, поддержать, помочь устранить негативные эмоции (чувство страха, обиды, вины).

5. Разговор с классом.

Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Такой разговор сделает ситуацию явной для всех, поможет разрешить конфликт и разногласия, вместе обсудить имеющиеся

правила против буллинга или выработать новые. При этом активно привлекаются к беседе и обсуждению те школьники, которые ведут себя позитивно.

6. Проинформировать педагогический коллектив.

Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.

7. Пригласить родителей для беседы.

Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно, как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ним, какие есть (или могут быть) признаки, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

8. Наступление последствий.

Буллеры должны встретиться с неизбежными последствиями своих действий. Сюда относится, в том числе, принесение извинений "жертве" и восстановление того имущества, которое было испорчено или отобрано.

Методы профилактики буллинга для педагогов.

Классный час

Можно использовать для бесед время классного часа. Воздействие будет максимальным, если обсуждение темы станет естественным продолжением школьных будней. Короткие, но частые беседы гораздо эффективнее, чем редкие и продолжительные. Такой ритм - еженедельное краткое обсуждение темы - очень эффективен. Ученики постоянно ощущают, что учитель, родители и школа не потерпят травли, а хорошие поступки не останутся без внимания и будут оценены по достоинству. Однако важно, чтобы эти беседы не превратились в формальный ритуал, проводимый лишь для того, чтобы быть проведенным. Тогда они потеряют свою силу, а в худшем случае приведут к обратному результату. Ученики заметят, что педагогу, в сущности, все равно, и создается лишь видимость того, что все в порядке, что его легко провести. Это на руку преследователям, а жертве становится еще тяжелее.

Внутриклассные правила

Обычно правила класса разрабатываются и письменно формулируются вместе с учащимися. Это можно сделать различными способами. Можно каждому дать задание письменно сформулировать правила, затем разделить учеников на группы, в которых они отберут, скажем, по три правила. Группы выносят свое решение на общее обсуждение, и правила выбираются путем голосования. Список правил вывешивается в классе.

Правила могут действовать в течение определенного времени, но их необходимо подкреплять и соблюдать. Их следует документально зафиксировать, важно также, чтобы директор и учителя придавали им значение.

Просмотр фильмов

Многие учителя, посмотрев фильм с классом, и обсуждая с учениками тему буллинга, с помощью фильма могли проиллюстрировать, о чем шла речь. Ученики, как правило, узнают показанные в фильме приемы, а последующее обсуждение дает им названия и помогает повысить уровень осознания. Большинство учащихся проникаются чувствами

жертвы буллинга, когда видят происходящее на экране. Тогда учитель имеет возможность дать ученикам высказаться и сам дает необходимые пояснения.

В последние годы был выпущен целый ряд различных по качеству фильмов и телевизионных передач о буллинге. Главное, чтобы учитель выбрал фильм на основании своей профессиональной оценки и посмотрел его вместе с учениками. Такой видеоматериал также подходит для просмотра в учительском коллективе и на встречах с родителями.

Постановки

Школа или класс могут самостоятельно поставить спектакль о буллинге. Правильный выбор актеров, хорошая подготовка и соответствующее исполнение помогут донести до зрителей принципы, за которые борется школа. Актеры и сами могут многому научиться, а в дальнейшем стать хорошими ролевыми моделями для остальных. Сотрудники школы способствуют закреплению принципов, помогая ученикам подготовить и провести спектакль.

Комбинирование форм работы

Литература, фильмы, постановки, сочинения и беседы способствуют профилактике буллинга. Такие формы работы можно использовать как по отдельности, так и в сочетании друг с другом. Это не потребует больших временных затрат, но продемонстрирует позицию школы, даст учащимся повод задуматься и послужит систематическим напоминанием. Если учитель пользуется доверием учеников, то эти профилактические меры бывают весьма эффективными.

Для выявления буллинга в классе можно провести анонимное анкетирование и опрос учащихся.

Приложение 5

Рекомендуемая литература

1. Аверьянов А.И. Буллинг как вызов современной школе // Педагогика, психология и социология. – 2013. – № 18. – С. 45-50.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
3. Бердышев, И.С. Лекарство против ненависти // Первое сентября – 2005. – № 18. – С. 3.
4. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149-159.
5. Вишневская В.И., Бутовская М.Л. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографической обозрение. – 2010. – №2. – С. 55-68.
6. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе. – Р-н/Д: Феникс. 2006. – 157 с.
7. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И. Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.

8. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.sexology.narod.ru/info18.html. (дата обращения: 06.06.2016)

9. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность неравнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. - М.: Федеральный институт развития образования, 2011. - 120 с.

10. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. Вып.1. 2007. С. 72—90.

11. Лаптева В.Ю. Психологические особенности подростков с разным уровнем защищенности от психологического насилия в образовательной среде : автореф. дис. . канд. психол. наук. СПб, 2010. 26 с.

12. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) //Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб: Питер, 2001. С. 240-276.

13. Маланцева, О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.

14. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах/Сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014. - 29 с.

15. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. – № 3. – С. 25–32.

16. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] //Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа:http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.htm (дата обращения: 03.06.2016)

17. Петросянц В.Р. Психологические характеристики старшеклассников — участников буллинга в образовательной среде // Эмиссия. Электронный научный журнал. 2010. – URL: http://www.emissia. org/offline/2010/1479.htm

18. Попова Е. И., Пчелинцева И. В. Специфика жестокого обращения с детьми в школьной среде // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № 6 (июнь). – С. 106–110. – URL: http://e-koncept.ru/2014/14158.htm.

19. Практическая психология образования/Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Академия», 2000. - 528 с.

20. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.

21. Руланн Э.Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. – М.: Генезис, 2012. — 264 с.

22. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.

23. Селиванова О.А., Шевцова Т.С. Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2011. – 232 с.

24. Стрельбицкая А.А. Динамика школьного буллинга в коллективах старшего звена // Педагогическая диагностика. – 2010. – №2. – С. 104-124.

25. Ушакова Е. Буллинг новый термин для старого явления // Директор школы. 2009. №6. С.84-87.

26. Файнштейн Е.И. Моббинг, буллинг и способы борьбы с ними // Директор школы. 2010. №7. С.72-76.

27. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.

Список использованных источников

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.

2. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И.Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.

3. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.sexology.narod.ru/info18.html.

4. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] //Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа:http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.html.

5. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.

6. Программа профилактики буллинга в образовательной организации. [Электронный ресурс] Режим доступа: http://psy.su/psyche/projects/1813/

7. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.

8. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.

9. Холодова Ю.Б. Профилактика буллинга в образовательном учреждении // Инновации в образовании и физической культуре: сб. науч. и метод. статей. - СПб: Свое издательство, 2016. - С. 31-38.

10. Курганский С.М. Профилактика буллинга [Электронный ресурс] Режим доступа: http://klepik.depon72.ru/?p=1348

11. Доктор Шлаукинд. Моббинг и буллинг, как формы психологического насилия в школе. [Электронный ресурс] Режим доступа: https://ekidz.eu/ru/mobbing-i-bulling-2/

12. http://mobbingu.net/articles/detail/49/#hcq=I1v4t6q

13. https://www.b17.ru/article/22384/

14. http://www.domrebenok.ru/blog/nasilie-v-shkole-chto-takoe-bulling-chem-on-opasen-i-kak-s-nim-borotsya/

15. http://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214740.pdf